***Картотека пословиц, поговорок о здоровье и здоровом образе жизни***

 ***ПОСЛОВИЦЫ И ПОГОВОРОКИ О ЗДОРОВЬЕ***

Чистота - половина здоровья.

В здоровом теле - здоровый дух.

Здоровью цены нет.

Здоровья не купишь.

Больному и мед не вкусен, а здоровый и камень ест.

Без болезни и здоровью не рад.

Тот здоровья не знает, кто болен не бывает.

Самого себя лечить, только портить.

И собака знает, что травой лечатся.

Держи голову в холоде, живот в голоде, а ноги в тепле!

Аппетит от больного бежит, а к здоровому катится.

Баня - мать наша: кости распаришь, все тело поправишь.

Бог бы дал здоровье, а дни впереди.

Болезнь и скотину не красит.

Болен - лечись, а здоров - берегись.

Больному и золотая кровать не поможет.

Больному и киселя в рот не вотрешь.

Больному и мед горько.

Больному и мед не вкусен, а здоровый и камень ест.

Будь не красен, да здоров.

Быстрого и ловкого болезнь не догонит.

В добром здоровье и хворать хорошо.

До свадьбы заживет.

Лук от семи недуг.

Верь не болезни, а врачу.

Веселому жить хочется, помирать не можется.

Врач, исцели себя самого.

Всякая болезнь идет к сердцу.

Всякая болезнь к сердцу.

Всякую болячку к себе приложи.

Вырезывать чирья да вставлять болячки.

Где больно - тут рука, а где мило - тут глаза.

Где больно-хвать-похвать, где мило - глядь-поглядь.

Где здоровье, там и красота.

Где кашель, там и хворь.

Где много лекарей, там много и больных (и недугов).

Где пиры да чаи, там и немочи.

Дай боли волю - уморит.

Дай боли волю - умрешь раньше смерти.

Дал бог здоровья, да денег нет.

Дал бы бог здоровья, а счастье найдем.

Деньги потерял - ничего не потерял, время потерял многое потерял, здоровье потерял – все потерял.

Держи голову в холоде, живот в голоде, а ноги в тепле.

До веку далеко: все заживет.

Доброму человеку и чужая болезнь к сердцу.

Других лечить беремся, а сами больны.

Дурака учить - что горбатого лечить.

Дух бодр, да плоть немощна.

Его и муха крылом убьет.

Еле-еле душа в теле.

Если хочешь быть здоров - закаляйся.

Есть болезнь - есть и лекарство.

Ешь редьку - и ломтиху, и триху.

Ешь хрен едуч и будешь живуч.

Ешь, да не жирей - будешь здоровей..

И собака знает, что травой лечатся.

Играй, не отыгрывайся; лечись, не залечивайся!

Иного лекаря самого-то полечить бы.

Истома хуже смерти.

Каждому своя болезнь тяжела.

Кашель да чихота - не своя охота.

Когда б не баня, все б мы пропали.

Когда-то черт умрет, а он еще и не хворает.

Кожа-то елова, да сердце-то здорово.

Кто не курит, кто не пьет, тот здоровье бережет.

Курить - здоровью вредить.

Лекарь свой карман лечит.

Лечит да в могилу мечет.

Лихорадка - не матка: треплет, не жалеет.

Лихорадка пуще мачехи оттреплет.

Лук да баня все правят.

Лук с чесноком родные братья.

Лук семь недугов лечит, а чеснок семь недугов изводит.

Ничего не болит, а все стонет.

Одни кости да кожа.

От здоровья не лечатся.

От здоровья не лечатся.

От покрова до покрова кашлянул однова, да и говорит, что кашель.

От пролежней не наворочаешься.

Пар костей не ломит, вон души не гонит.

Пар костей не ломит.

По здоровом сынке сердце ноет, по больном вдвое.

Пока сердце не заболит, глаза не плачут.

После обеда полежи, после ужина походи.

При частой горести придут и болести.

Приехал - не здоровался, поехал - не простился.

Пришла пора драться - некогда руки лечить.

Противным лечат, а приятным часто губят.

Руби дерево здоровое, а гнилое и само свалится.

Тот здоровья не знает, кто болен не бывает.

Ты мне не здорово, а я тебе не челом.

Тяжело болеть, тяжело и над больным сидеть.

Хрен да редька, лук да капуста лихого не допустят.

Человек стареет, болезнь молодеет.

Чеснок да лук от семи недуг.

Чеснок да редька - так и на животе крепко.

Чистая вода - для хвори беда.

***ПОСЛОВИЦЫ И ПОГОВОРКИ О ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ***

Закаляй свое тело с пользой для дела.

Холода не бойся, сам по пояс мойся.

Кто спортом занимается, тот силы набирается.

Солнце, воздух и вода помогают нам всегда.

Кто любит спорт, тот здоров и бодр.

И смекалка нужна, и закалка важна.

В здоровом теле здоровый дух.

Паруса да снасти у спортсмена во власти.

Смолоду закалишься, на весь век сгодишься.

Солнце, воздух и вода - наши верные друзья.

Начинай новую жизнь не с понедельника, а с утренней зарядки.

Крепок телом - богат и делом.

Со спортом не дружишь - не раз о том потужишь.

Пешком ходить — долго жить.

Отдай спорту время, а взамен получи здоровье.

Двигайся больше — проживешь дольше.

Движение — спутник здоровья .

Пешком ходить — долго жить.

Физкультура — враг старости.

Утро встречают зарядкой, вечер провожают прогулкой.

Быстрого и ловкого никакая болезнь не догонит.

Крепкое сердце у того, кто его укрепляет.

Бег не красен, но здоров.

Спорт и туризм укрепляют организм.

Закалишься — от болезни отстранишься.

Если хочешь быть здоровым — закаляйся!

Ничего нет полезнее утреннего солнца.

Знай и помни об 1-ом — свежий воздух полезен перед сном!

  Холодной осенью лишний раз рта не раскрывай.

Сто болезней начинается с простуды.

Кто привык кутаться, тот зябнет.

Ледяная вода — для всякой хвори беда.

Болезнь ищет жирную пищу.

Болезнь находит того, кто ее боится.

Болезнь никого не минует, помоги больному.

Болезнь от слабости, а слабость от болезни.

Боль без языка, да сказывается.

Боль весть подает, потому и покоя не дает.

Больной — лечись, а здоровый — болезни берегись.

Больной себе поможет — врач скорее вылечит.

Больному и золотая кровать не поможет.

Больному человеку и мед горек.

В вине больше погибают, чем в море утопают.

В грязи жить — чахотку нажить.

В доме, где свежий воздух и солнечный свет, врач не надобен.

В здоровом теле — здоровый дух.

В стоячей воде всякая нечисть заводится.

Вечерние прогулки полезны, они удаляют от бо­лезни.

Врач больному — друг.

Врачу не веришь — болезнь не одолеешь.

Где гнев, там и вред.

Где душно, там и недужно.

Гляди в ноги: ничего не найдешь, так хоть нос не расшибешь.

Горьким лечат, а сладким калечат.

Дал бы Бог здоровья, а дней много впереди.

Двигайся больше — проживешь дольше.

Держи голову в холоде, живот — в голоде, а ноги — в тепле.

Доброе дело питает и разум, и тело.

Доброе слово лечит, а злое калечит.

Добрый взгляд — лекарство.

Добрый человек здоровее злого.

Добрым быть — долго жить.

Дурной характер — без боли болезнь.

Есть скоро — не быть здоровым.

Ешь чеснок и лук — не возьмет недуг.

Жадность здоровью — недруг.

Жарок день — уйди в тень.

Желание выздороветь свое возьмет.

Желание вылечиться помогает лечению.

Живешь каково и здоровье таково.

Жизнь не прощает беспечного отношения к своему здоровью.

За вредные привычки не держись.

Заболеть легко — вылечиться трудно.

Заболит нос — высунь на мороз, сам отвалится и здоров будет.

Затхлый воздух и грязная вода для здоровья беда.

Здоровому и нездоровое здорово, а нездоровому и здоровое нездорово.

Здоровье дороже золота.

Здоровье и счастье не живут друг без друга.

Здоровье на болезнь не меняй.

Здоровье не купишь — его разум дарит.

Здоровье сбережешь, от беды уйдешь.

Здоровьем дорожи — терять его не спеши.

Зол и нравом горяч — не поможет и врач.

И старым и молодым вреден табачный дым.

Какие мысли, такие и сны.

Каменному сердцу здоровым не быть.

Коли ешь все подряд, еда — яд.

Кто встал до дня, тот днем здоров.

Кто гнев свой одолевает, крепок бывает.

Кто людям зла желает, тот болезни на себя навлекает.

Кто много лежит, у того бок болит.

Кто не курит и не пьет, того жизнь бережет.

Кто под ноги плюет, тот хворь на людей напускает.

Кто хвори не поддается, тот здоровым остается.

Куришь, бездельничаешь и пьешь — от хворобы не уйдешь.

Курящий некурящего жалит.

Не хвались здоровьем — здоровее будешь.

Недосыпаешь — здоровье теряешь.

Оденешься в мороз теплее — будешь здоровее.

От лежанья да сиденья хвори прибавляются.

От наркоты не жди доброты.

От переедания люди умирают чаще, чем от голода.

От того, кто сквернословит, здоровье уходит.

Потерять здоровье легче, чем сохранить.

Простуде дай волю — заболеешь боле.

Сидеть да лежать — болезни поджидать.

Сладко есть и пить — по врачам ходить.

Страх не излечиться помогает болезни.

Умеренность — мать здоровья.

Умеренность в еде полезнее ста врачей.

Утро встречай зарядкой, вечер провожай прогулкой.

Физкультурой заниматься будешь — про болезни забудешь.

Хворому пособить не убыток.

Хлеб да вода — здоровая еда.

Ходи больше, жить будешь дольше.

Хорошего понемножку, сладкого не досыта.

Хорошее лекарство горько на вкус.

Хочешь кашлянуть, рот прикрыть не забудь.

Худые речи слушать неча.

Чем лучше пищу разжуешь, тем дольше проживешь.

Чем от боли ныть, лучше лекарства пить.

Чистота — залог здоровья.